

RECEITAS PARA O FOGÃO SOLAR

Bolo de macaxeira

Ingredientes:

1 kg de macaxeira ralada, 5 ovos, 2 xícaras de açúcar, 4 colheres de manteiga, 2 xícaras de coco ralado, 1 colher de sobremesa de fermento e 1 pitada de sal.

Modo de preparo:

Em uma vasilha, coloque os ovos, o açúcar, a manteiga e o sal. Mexa bastante até a massa ficar lisinha. Em seguida, acrescente a macaxeira ralada e torne a mexer. Por último, acrescente o coco e o fermento e coloque em uma assadeira furada e untada com manteiga. Para essa receita, aconselha-se que o fogão solar esteja pré-aquecido. Para isso, é preciso colocá-lo por meia hora ao sol. Quando for colocar a massa do bolo no fogão solar, faça o procedimento com certa rapidez para que não perca o calor acumulado.

Tempo de cozimento: entre 3h e 4 h.

Arroz branco

Ingredientes:

3 xícaras de arroz, sal a gosto.

Modo de preparo:

Lavar o arroz. Para cada xícara de arroz, acrescente uma xícara e meia de água. Adicione o sal a gosto e leve a panela ao fogão solar.

Tempo de cozimento: entre 1h30 min. e 2 h.

Feijão

Ingredientes:

½ Kg de feijão, 1 folha de louro e sal.

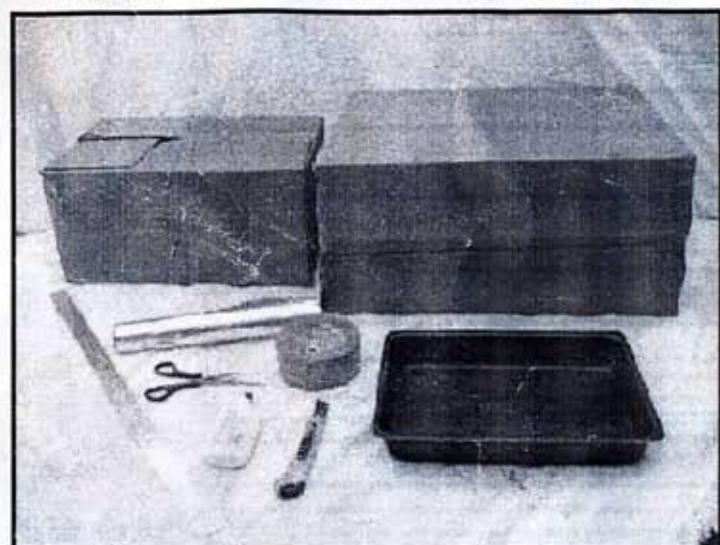
Modo de preparo:

Ponha o feijão de molho de véspera com bastante água, no dia seguinte, escorra-a toda e cozinhe o feijão em duas medidas de água para cada três da mesma medida de feijão devidamente hidratado. Acrescente a folha de louro e o sal só será acrescido depois do cozimento.

Tempo de cozimento: entre 4h e 4h30 min.

TECNOLOGIA SOCIAL: "FOGÃO SOLAR DO TIPO CAIXA"

FAÇA O SEU PRÓPRIO FOGÃO SOLAR



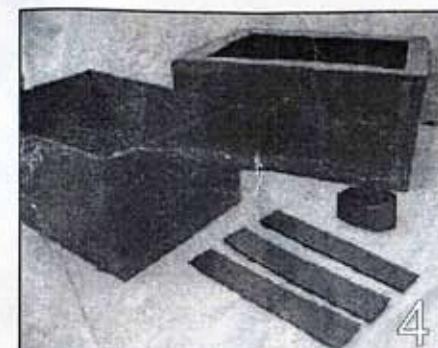
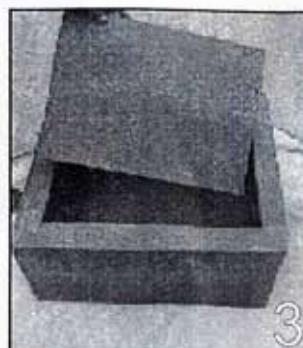
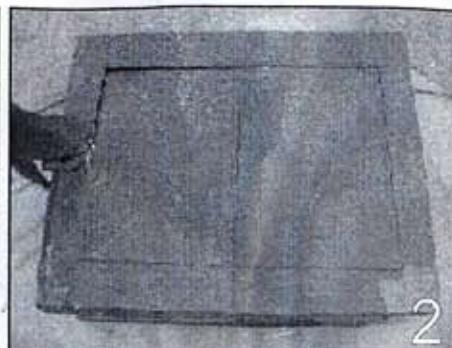
MATERIAL NECESSÁRIO:

- 2 caixas de papelão de tamanhos diferentes e formatos iguais;
- 1 rolo de papel alumínio;
- 1 chapa de metal pintada de preto fosco (zincô, alumínio ou ferro) no formato do fundo da caixa menor;
- 1 vidro transparente com 3mm (formato da tampa da caixa maior)
- 1 pedaço de cordão, fita adesiva, cola e estilete.

DICAS PARA BOM USO DO FOGÃO SOLAR

- Observar o melhor horário de cozimento entre 9 às 15 horas;
- Escolher um lugar ensolarado e protegido do vento;
- Orientar o fogão solar em direção ao sol;
- Não abrir o fogão solar antes do cozimento;
- Usar panelas escuras bem tampadas para conservar melhor o calor.
- Não deixar fazer sombra para o fogão solar;
- Colocar apenas um tipo de alimento por vez no fogão solar.

PASSO A PASSO:

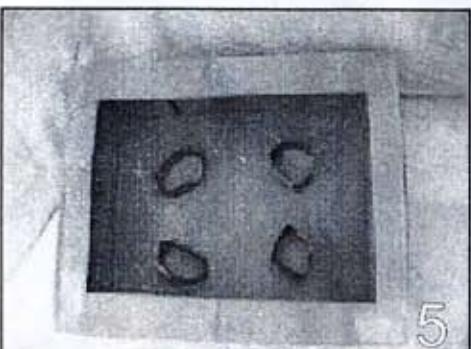


Risque a abertura da caixa maior.

Corte a abertura da caixa maior.

Abertura da caixa maior.

Suportes aproveitados da aba da caixa menor.

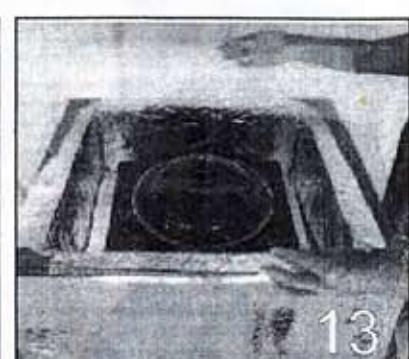
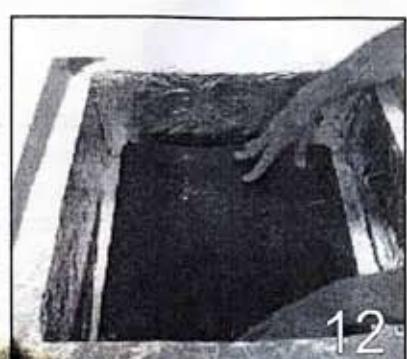
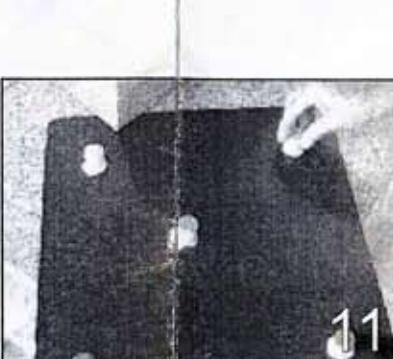
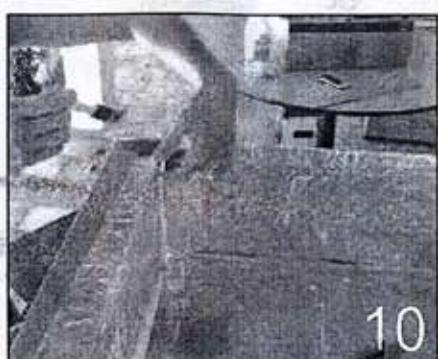
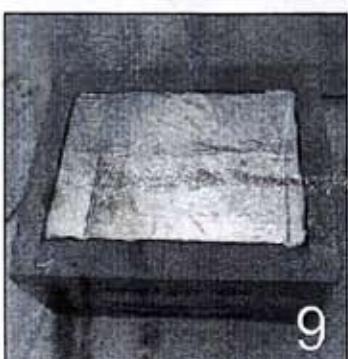


Suportes colados no fundo da caixa maior.

Passe cola na parte de dentro da caixa menor.

Cole o papel alumínio dentro da caixa menor.

Coloque a caixa menor dentro da caixa maior.



Caixas na posição.

Acabamento da borda do fogão solar.

Cole o suporte na chapa preta.

Coloque a chapa preta dentro do fogão solar.

Coloque a panela e depois o vidro no fogão solar.